



アスリート

薬の使用に

要注意



あせ
汗をかか

体動かし

リフレッシュ



あいさつは

元気でいられる

第一歩



あいさつは

心をつなぐ

メッセージ



1日の

頑張るスイッチ

がんば

朝ごはん



いろど
彩りと

笑顔そを添えて

食卓たくへ



運動が

未来の健康

作りだす



おくすりを

人にあげない

もらわない



おくすりは

みんなをまもる

ヒーローさ



応援は おうえん

してもされても

良い気分



体には

病と闘たたかう

パワーある



きれいな歯

それは自分の

宝物たから



気をつけて

飲んでる薬の

時間割り



ぐっすりと

寝^ねたら明日は

元気な子



薬にも

効きき目と裏うらに

副作用



薬には

正しく服用

1杯ぱいの水



健けん診しんは

長生きのための

第一歩



健康は

自分でつくる

自分で守る



真剣けんに

準備じゆんび体操そう

けが防ぼう止

句：日本大学豊山女子中学校 1年 森 柑水



コツコツと

歩いてためよう

健康貯金^{ちよ}



この薬

どんな薬と

仲悪い？

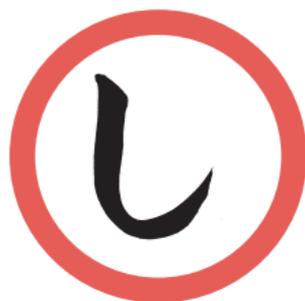


酒たばこ

はたち

20歳になるまで

手をつけない



しのびよる

病気の影をかげ

見逃すのがな



心配は

相談しよう

薬局で



水分は

のどがかわく

その前に



スポーツで

心も体も

健康に



スポーツは

あくしゆ

あいさつ

ありがとう



スポーツは

ルールを守って

フェアプレイ



セルフケア

自分で自分を

大切に

句：日本大学豊山女子高等学校 1年 刈谷 芽吹



生活の

リズムを整え

元気な子



たべてねて

いっばいあそんで

つよくなる



大切だ

病氣やケガは

予防^{ぼう}から



ただいまの

次にやること

手洗あらいうがい

句：薬学部校友 29 期 一般社団法人栃木県薬剤師会 理事
後藤 弘子



使
い
方

正
し
く
知
ろ
う

医
薬
品



伝えよう

自分自身の

じょうほう
情報を



歳とし重ねると

飲んだら危あぶない

薬が増ふえる



ドーピング

とつてもずるいし

かつこわるい



妊婦^{にんぶ}さん

くすりのむとぎ

要相談



ぬるま湯か

お水で飲もう

飲み薬



熱中症 しょう

水分 塩分

しっかりと



早起きは

心も体も

いい感じ



パフオーマンス

ずるしてあげると

健康そこ損なう



判はん断だん
は

流れず自分

どうどうと



ひろうかん

心が送る

赤信号



フェアプレイ

みんなの気持ち

考えて



毎日の

ご飯は君の

エネルギー



まもろうね

1日何かい

どのくらい



薬局に

お薬手帳を

持っていていこう



予^{ぼう}防する

他人に病氣

うつさない



呼^よび戻^{もど}そう

あなたの健康

笑顔から